



УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУ «СОШ №1» г.Микунь
от 17.11.2023 № 304

Ветошкина О.Ю.
(ф.и.о.)

**Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
на 2023-2024 учебный год**

Направленность: футбол
Возраст учащихся: 7-11 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Ермак Н.Х.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, способствует выявлению и развитию спортивного интереса ребенка, его творческих возможностей и личного потенциала, направлена на физическое развитие и приобщение к здоровому образу жизни. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, получение теоретических знаний.

Актуальность программы. Данная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых учащихся.

Выдающиеся политические деятели, военачальники и писатели, музыканты, ученые видели и видят в футболе не просто отдых и развлечение, но и развитие двигательных качеств, эффективное средство воспитания и развития человека. К числу наиболее в активных социальных функций футбола относится функция педагогическая, развития познавательной активности обучающихся, их самостоятельности в принятии оптимальных решений в самых различных ситуациях, требующих повышенного внимания, ответственности, высокой культуры и дисциплины мыслительной и физической деятельности. Отличаясь доступностью, простотой и привлекательностью, футбол вносит вклад во всестороннее гармоничное развитие человека, независимо от возраста, профессии, спортивной футбольной квалификации. Во всем мире растет понимание того, что школа не может обеспечить знаниями своих учащихся на все случаи жизни. Поэтому центральное место в системе дополнительного образования занимает развитие обучающихся, формированию у них таких качеств личности, которые помогли бы им активно участвовать в последующей учебной и трудовой деятельности. Теоретически и практически обоснована не только целесообразность, но и сама возможность использования футбола в формировании элементов научного стиля мышления творческих способностей, эстетических взглядов, повышение успеваемости детей по всем предметам. Футбол – школа творчества и коммуникации детей. Это уникальный инструмент развития творческого и физического мышления. «Вкладывая в детей, в футбол, мы вкладываем в наше будущее» (В. Мутко).

Отличительная особенность данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными

программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

Новизна программы заключается в том, что она направлена не только на развитие физических и технических, но и личных качеств личности ребенка, помогает ему заранее определиться в той или иной будущей сфере деятельности, профессии и помогает сделать для себя (совместно с родителями) соответствующий выбор.

Вместе с тем, систематические занятия футболом оказывает на организм учащихся всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие, способствуют укреплению самодисциплины и самоорганизованности, проявлению навыков содержательного проведения досуга, позволяют формировать у учащихся практические навыки здорового образа жизни, умение противостоять негативному воздействию окружающей среды.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что в ходе занятий футболом у учащихся:

- достигается физическое совершенствование в зависимости от индивидуальных возможностей и способностей;
- развивается дыхательная система ребенка, улучшается сердечно-сосудистая система, повышается иммунитет и общее состояние здоровья за счет эмоционального напряжения, испытываемого во время игры;
- улучшается глубинное и периферическое зрение, развивается точность и ориентировка в пространстве вследствие постоянного взаимодействия с мячом; развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы, повышается мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц;
- происходят качественные изменения в двигательном аппарате: прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании, укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц;
- повышается стрессоустойчивость, самоконтроль, развиваются морально-волевые качества личности.

Программа адресована школьникам младшего и среднего возраста (7-11 лет), построена с учетом возрастных особенностей учащихся на основе планомерного и преемственного формирования и развития экологических знаний и научных фактов. Набор учащихся осуществляется на добровольной основе.

Учащиеся этого возраста способны выполнять предлагаемые задания по освоению основных приемов владения мячом, разнообразных тактических действий в обороне и нападении. При этом для достижения положительных результатов при реализации программы учитываются возрастные характеристики учащихся, их общее физическое развитие, психологическая устойчивость, желание заниматься игровыми видами спорта, умение

учитывать мнение своих сверстников, определенный уровень знаний и умений.

Объем и срок освоения программы. Предлагаемая программа рассчитана на 1 года обучения, из расчета 2 часа в неделю, в год, всего 68 часов.

Режим занятий: 2 занятия в неделю по 1 учебному часу. Продолжительность одного учебного часа – 40 минут. Инструктаж по технике безопасности проводится по мере поступления несовершеннолетних в группу. Занятия проводятся в спортивном зале или на стадионе. Занятия проводятся в соответствии с расписанием занятий.

Форма обучения – очная.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Форма проведения занятий: практическое, комбинированное, соревновательное.

Организационно-педагогическая основа обучения. Данная программа ориентирована на достижение определенных задач, исходя из психолого-возрастных особенностей ребенка и времени результативности обучения.

Наполняемость в группах составляет 15 человек. Любой ученик имеет право быть зачисленным в состав учебной группы на основе медицинских показаний. Набор в группу проводится независимо от уровня подготовки и пола учащихся. Для детей, зачисляемых в группу, предусматривается обследование в медицинском учреждении один раз в год по месту регистрации с последующим получением медицинской справки о допуске к занятиям по избранному виду спорта. Накануне соревнований учащиеся проходят текущий осмотр врача терапевта для получения справки по допуску к соревнованиям.

1.2. Методическое обеспечение

Методы обучения и воспитания. При реализации программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, игровой, проектный. А также следующие методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации образовательного процесса. При планировании и организации учебного процесса предусматриваются групповая и индивидуально-групповая формы обучения. При наличии в объединении детей с особыми образовательными потребностями (одаренные дети, дети с ОВЗ) возможно использование индивидуальной формы обучения, по индивидуальному образовательному маршруту.

Формы организации учебного занятия. Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми. Предусмотрены: учебно-тренировочные занятия (тренинги), учебные игры, беседы, мастер-классы, соревнования, контрольные занятия, зачеты, праздники.

Педагогические технологии. В ходе реализации программы «Футбол» используются следующие педагогические технологии: группового обучения,

коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Этому способствуют совместные обсуждения техники игры, выполнения упражнений, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, командный дух соревнований.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является: создание условий для развития личности юных футболистов, сохранения и укрепления их здоровья; соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля; воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности; привитие любви к систематическим занятиям спортом; формирование знаний, умений и навыков по футболу и достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовки.

Структура занятия и его этапов.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Занятия футболом носят тренировочную, методическую деятельность. В процессе тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры. На занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры. Основой подготовки учащихся является овладение технико-тактическими приёмами игры. Для их реализации используется упражнение избирательного характера. Особенностью этих упражнения является то, что они обладают способностью избирательного воздействия на определенные функции обучаемых, чтобы данная функция попадала под максимальную «нагрузку» в зависимости от подготовки обучаемых. Эти упражнения не требуют большого уровня футбольных знаний и навыков. Этим они отличаются от упражнений, которые используются в тренировочном процессе, где успешность разучивания различных футбольных упражнений, тактических навыков, комбинаций определяются не только уровнем способностей, но и объемом имеющихся у него знаний и умений. Особенно полезны они для детей с задержками и отклонениями в физическом развитии, помогают им лучше усваивать школьные дисциплины. Игра в футбол дисциплинирует мышление, воспитывает сосредоточенность, развивает внимание.

Цель и задачи программы

Цель программы: формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом.

Задачи программы:

Обучающие: ознакомить с историей и основными понятиями о футболе, создать у учащихся общее представление о структуре выполнения основных технических приемов игры в футбол.

Развивающие: развивать разностороннюю физическую подготовку, детально изучать основные технические приемы; развивать потребность в самообразовании.

Воспитательные: формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.

Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1		Опрос, наблюдение
1.	История развития футбола	2	2		Опрос, тест
2.	Элементарные понятия о футболе, как игре	4	2	2	Опрос
3.	Основные упражнения и технические приемы	55	2	53	Контрольные нормативы
4.	Двусторонняя игра	5	-	5	Соревнование
	Итоговое занятие	1	-	1	Тестирование
	Всего:	68	7	61	

Содержание учебной программы

Вводное занятие (2 часа, 1 теория, 1 практика)

Теория. Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

Практика. Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

Раздел 1. История развития футбола (2 часа, теория)

Теория. Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре (4 часа, 2 теория, 2 практика)

Теория. Основы и правила игры в футбол.

Практика. Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.

Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы (54 часа, 2 теория, 52 практика)

Теория. Техничко-тактические приемы.

Практика. 1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;

- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);
- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);
- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);
- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;
- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;
- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.
- прием катящегося мяча, прием высоко и низко летящих мячей.

Раздел 4. Двусторонняя игра (5 часа, практика)

Практика. Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные тесты.

Итоговое занятие (1 час практика)

Практика. Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

Планируемые результаты

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» у учащихся формируются:

Личностные (социально-личностные) компетенции:

дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные компетенции:

умения определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда; понятия о роли игры в укреплении здоровья; умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Предметные компетенции:

знание истории развития футбола в России; значение занятий футбола для организма человека; роль и значение занятий в укреплении здоровья; индивидуальные особенности физического и психического развития организма и

их связь с регулярными занятиями футболом; умения вести контроль за индивидуальным физическим развитием, соблюдать правила личной гигиены, выполнять ведение и передачи мяча, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма.

Условия реализации программы

<i>Материально-техническое обеспечение</i>	<i>Информационное обеспечение</i>
спортивный зал, футбольное поле 100 х 50, футбольная сетка – 2, футбольные ворота – 2, комплект мячей – 10, судейский свисток – 1, Инвентарь для проведения занятий фишки -10, конусы-10, скакалки -20, утяжелители-б. насос ручной со штуцером и иглой – 2 шт., медицинская аптечка – 1, манишки - 20.	фильмы о великих игроках, портреты лучших игроков мира.

Кадровое обеспечение

Программу реализует учитель физической культуры.

Формы аттестации

Формами аттестации программы являются:

- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях различного уровня (школьных, районных, региональных);
- участие в спортивных праздниках.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения контрольно-переводных нормативов (тестов) по общей и специальной физической подготовке. Тестирование по общей физической и технической подготовке проводится в начале и конце учебного года. Основным критерий - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатом в начале года.

Оценочные материалы

Оценочные процедуры освоения программы в рамках данной образовательной программы осуществляются в ходе текущего контроля за успеваемостью, промежуточной аттестации, итоговой аттестации и представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого тренерами- преподавателями производится оценка освоения обучающимися образовательной программы. Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию данной образовательной программы представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки и контрольно-переводными нормативами.

1. Тестовые задания для оценки освоения программы в части практической подготовки

1.1. При проведении тестирования по **физической подготовке** следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

1.1.1. Подтягивание (для оценки силы и силовой выносливости мышц плечевого пояса).

И.П. - вис хватом сверху на перекладине, руки на ширине плеч. Сгибание рук до положения «подбородок над перекладиной», возвращение в и.п. до полного выпрямления в локтевом суставе.

Методические указания: раскачивание тела на перекладине, сгибание ног, перехват рук не допускаются. *Критерием служит максимальное число подтягиваний за 30 сек.*

1.1.2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а так же статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног).

И.П. - упор лежа. Сгибание рук до касания грудью пола (скамейки), разгибание - до полного выпрямления рук.

Методические указания: ладони на ширине плеч, локти направлены назад-в стороны. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию, которая сохраняется на протяжении всего выполнения упражнения. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе без отдыха. *Критерием служит максимальное число отжиманий за 30 сек.*

1.1.3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).

И.П. - лежа на спине, руки в замок за головой, ноги согнуты в коленях на 90 градусов, ступни зафиксированы. Сесть, локтями коснуться коленей, лечь.

Методические указания: *фиксируется максимальное количество подъемов за 30 секунд в одной попытке.* Упражнение выполняется на гимнастическом мате.

1.1.4. Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

И.П. - скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. *Критерием служит максимальное количество прыжков за 1 мин.*

1.1.5. Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей)

Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. *Критерием, служит минимальное время.*

1.2. Для оценки освоения программы обучающимися в части **технической подготовки** используются тестовые упражнения, перечисленные в таблице. Для обучающихся определенных возрастных категорий представлены и нормативы.

№	Упражнение	7-8 лет	9-10 лет	11 лет
---	------------	---------	----------	--------

1.	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	3	6	7
2.	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек.)	до 30,0	до 30,0	до 20,0
3.	Жонглирование мячом (количество)	4	8	10
1.	Удары по мячу ногой с рук на точность(м)			
2.	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)			
3.	Бросок мяча на дальность (м)			

Воспитательная работа

Данная деятельность направлена на формирование полноценной, творчески активной, способной к успешной самореализации и самоопределению в условиях современного общества личности.

Задачи:

- выявление и поддержка одарённых, талантливых и социально-активных учащихся;
- развитие социальной активности, формирование условий для гражданского становления, военно-патриотического воспитания, духовно-нравственных качеств учащихся через разнообразные формы воспитательной работы;
- формирование у учащихся ключевых компетентностей в вопросах укрепления здоровья, удовлетворение потребности детей в занятиях физической культурой и спортом;
- предупреждение и профилактика правонарушений, социально-опасных явлений, противодействие проявлениям экстремизма и терроризма среди учащихся;
- организация массовых мероприятий, социально значимых программ, акций и проектов воспитательно-развивающего характера, способствующих сплочению коллектива, вовлечению учащихся в общее дело, раскрытию индивидуальных качеств и талантов;
- организация работы с семьями учащихся, их родителями (законными представителями), направленной на совместное решение проблем личностного развития учащихся;
- укрепление взаимодействия с учреждениями и организациями социума.

Для реализации поставленных задач предусматриваются следующие **формы воспитательной работы:**

- участие учащихся в спортивных мероприятиях различного уровня: на уровне школы, города, района;
- проведение традиционных мероприятий, календарных и тематических праздников, конкурсов, экскурсий, походов, тематических занятий, бесед, акций и т.д.;
- организация профилактических мероприятий по противодействию проявлениям террористических угроз, по формированию культуры безопасного поведения, по профилактике правонарушений, табакокурения, наркомании, токсикомании, алкоголизма и т.д.;
- обеспечение оздоровления и занятости учащихся в каникулярный период;

– организация совместных досуговых мероприятий с родителями (законными представителями).

Реализация воспитательной работы объединения воплощается в Календарном плане воспитательной работы с учётом мероприятий школы и района (Приложение № 3).

Работа с родителями. Взаимодействие с семьёй является одним из важных направлений работы педагога дополнительного образования. Вовлечение родителей в образовательное пространство, выстраивание партнёрских взаимоотношений в воспитании подрастающего поколения позволяют сделать образовательный процесс интересным, результативным и насыщенным.

Основными **формами работы** с родителями являются:

- родительские собрания;
- анкетирование родителей;
- организация совместных мероприятий;
- индивидуальное консультирование, беседы;
- информационная и просветительская работа;

План работы с родителями представлен в Приложении № 4.

Список литературы

Для педагога

1. Асович, А. А. Гуминский, Ю.П Ильичев и др.; Футболист в игре и тренировке / Под общей ред. кан. пед. наук С. А. Савина. – М.: Физкультура и спорт, 1975 – 108 с.: ил.
2. Лях.В.И. Зданевич.А.А. – комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.- Москва «Просвещение», 2006-128с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – стр. 109-113, 120-122.
4. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528 с., ил.
5. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 1982, 2-е исправл. и дополнит.дз., - 207 с., ил. – Азбука спорта.
6. Чирва Б. Г. – Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. № 4-2007. с 15.

Для учащихся

1. Алтановский «Методические рекомендации». - М.: Физкультура и спорт, 1997-2005 г.
2. Ашмарин Б.А. Двигательные умения и навыки. Теория и методика физического воспитания: Учеб.пос., гл. IV. М., 1979. С.65-75.
3. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. – М.: Физкультура и спорт, 1980 – 127 с.; 20 см.
4. Годик М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.

5. Голомазов С. Меткость, точность и техника действий с мячом и принципиальные подходы к тренировке точности быстрых движений. С. Голомазов, В. Зациорский, Б. Чирва. Теория и практика футбола. – 2004. № 1. – С. 33-35.
6. Голомазов С. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. С. Голомазов, Б. Чирва. – М.:РГАФК, 1994. – 80 с.
7. Козловский «Юный футболист». - М. 1974 г.
8. Коробейников, А.А. Михеев, И.Г. Николенко «Физическое воспитание».-М. 1989 г.
9. Лаптев А.П. Режим футболиста. – 2-е изд., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 80 с.

Приложение №1

Тематическое планирование

№	Тематика занятий	Кол-вочасов	Дата проведения
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола.	2	
2	Обучение передаче мяча.	2	
3	Обучение остановке мяча.	2	
4	Совершенствование навыков остановки мяча.	2	
5	Совершенствование навыков передачи мяча	2	
6	Обучение у дару мяча с лета	2	
7	Совершенствование исполнения технических элементов	2	
8	Обучение отбору мяча у соперника	2	

9	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	2	
10	Совершенствование навыков розыгрыша мяча	2	

	Встандартныхположениях		
11	Подвижныеигрыиэстафеты	2	
12	Совершенствование ударов мяча по воротам	2	
13	Удары по прыгающему и летящему мячу.	2	
14	Разминка .Общиеразвивающие упражнения.2 Вбрасывание аута на дальность. Двухсторонняя игра		
15	Разминка.Общиеразвивающие упражнения. Жонглирование (на месте; в движении). Двухсторонняя игра	2	
16	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Эстафета в колоннах. «Кто быстрее?» Двухсторонняя игра	2	
17	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Удары по неподвижному мячу. Двухсторонняя игра	2	
18	Разминка. Общие развивающие упражнения. Передачи мяча в парах. Двухсторонняя игра	2	
19	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Удары по катящемуся на встречу мячу. Двухсторонняя игра	2	
20	Ведение мяча, различными способами. Тактика вратаря - играть на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на разной высоте мячей. Двухсторонняя игра	2	
21	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Жонглирование (на месте; в движении). Двухсторонняя игра	2	
22	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Передачи мяча в колоннах, со сменой мест. Двухсторонняя игра	2	
23	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Ведение мяча с изменением направления. Двухсторонняя игра	2	
24	Разминка. Общиеразвивающие упражнения. Обводка стоек Двухсторонняя игра	2	

25	Разминка. Общеразвивающие упражнения .Жонглирование (на месте; в движении). Двухсторонняя игра	2	
26	Тактика нападения: индивидуальные действия Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции. Разминка. Общие развивающие упражнения. Ведение мяча с изменением направления. Двухсторонняя игра	2	
27	Разминка. Общеразвивающие упражнения. Удары по неподвижному мячу. Двухсторонняя игра	2	
28	Классификация и терминология технических приёмов игры в мини-футбол. Разминка. Общие развивающие упражнения. Ведение мяча с изменением направления. Двухсторонняя игра	2	
29	Разминка. Общеразвивающие упражнения. Остановка мяча стопой. Двухсторонняя игра	2	
30	Понятие – точность удара и траектория полёта мяча после удара. Разминка. Общие развивающие упражнения. Передачи мяча в парах в два касания. Двухсторонняя игра	2	
31	Прямой и резаный удар по мячу. Разминка. Общеразвивающие упражнения. Обводка стоек Двухсторонняя игра	2	
32	Понятие о тактике защиты. Разминка. Общие развивающие упражнения. Удары по катящемуся навстречу мячу. Двухсторонняя игра	2	
33	Разминка. Общие развивающие упражнения. Тактика защиты: групповые действия–уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении и численном превосходстве соперника. Двухсторонняя игра	2	
34	Разминка. Общеразвивающие упражнения. Обводка стоек. Упражнение для развития умения «видеть поле»-игра в пятнашки парами на ограниченной площади. Двухсторонняя игра на ограниченной площади.	2	

Карты проверки результатов

Сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности

По окончании 1 года обучения

7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	1	2	4

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

Тест - Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3 . Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов. Низкий- 4 попадания. Средний- 5 попаданий. Высокий- 6 попаданий.

Календарный план воспитательной работы педагога

<i>№ п/п</i>	<i>Название мероприятия</i>	<i>Направление воспитательной работы</i>	<i>Сроки проведения</i>	<i>Отметка об исполнении, дата проведенного мероприятия</i>
1.	Беседа «Взаимопомощь - это важно!»	духовно- нравственное	ноябрь	
2.	Чаепитие, конкурсная программа «Новогодний калейдоскоп»	художественно- эстетическое	январь	
3.	Беседа «Мы за ЗОЖ». Участие в спортивном мероприятии «Лыжня России-2024»	спортивно- оздоровительное	март	
4.	Беседа «Подвигу народа быть в веках».	гражданско- патриотическое	май	

План работы с родителями

<i>№ п/п</i>	<i>Название мероприятия</i>	<i>Содержание мероприятия</i>	<i>Сроки проведения</i>	<i>Отметка об исполнении, дата проведённого мероприятия</i>
1.	«Веселые старты» посвященные «Дню матери» и «Дню отца»	спортивные эстафеты с родителями	ноябрь	
2.	«Веселые старты»	спортивные эстафеты с родителями	декабрь	
3.	Эстафеты ко «Дню защитника Отечества»	спортивные эстафеты с папами	март	
4.	«ЗОЖ- норма жизни»	Сдача норм ГТО	май	